

Effektiv ergonomi med standarder (?)(!)

Anders Janson

Ergonom, leg sjukgymnast

Företagshälsan

Region Västerbotten

Min bakgrund

- Uppvuxen i Karlstad, Värmland
- Elitsatsning, skridsko och cykel
- Sjukgymnast, 1986 i Umeå
- Geriatrisk och kommunal rehab i Umeå 86-96
- Utbildning av vård och omsorgspersonal i arbetsteknik Umeå kommun
- Jobbat som ergonom sedan 1996: Kommun, landsting, privata aktörer, anställd på HR avdelning, Volvo lastvagnar
- Arbetsteknik för vårdpersonal, industri
- Riskbedömningar, speciellt inom industri (Volvo lastvagnar) och vård

Mina erfarenheter av att arbeta med ISO-SS-EN standarder

Framtagande av gemensamma ergonomiska riktlinjer för Volvo lastvagnar på global nivå: Sverige, Frankrike, Belgien, USA, Brasilien, Ryssland

Bedömningar av:

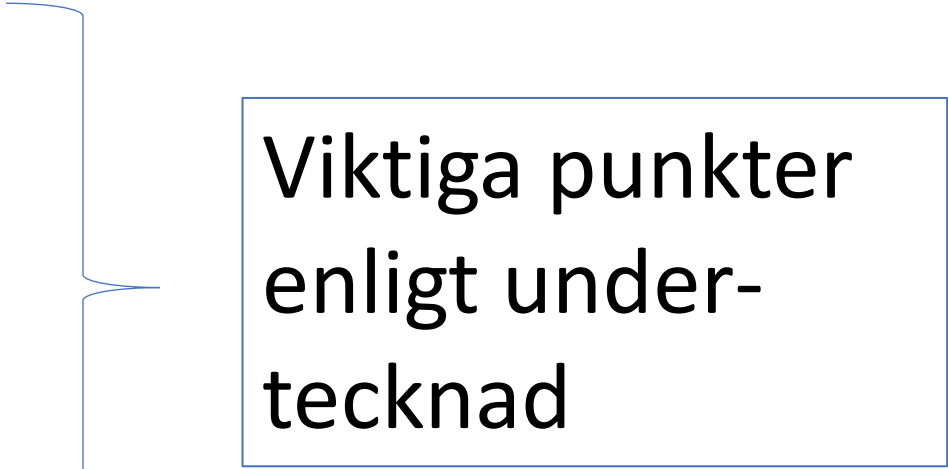
- Manuell hantering
- Kraftutövning
- Arbetsrörelser/statisk belastning
- Personförflyttningar
- Belysning inomhus
- Mm mm

Mina erfarenheter av nyttan med standarder:

- (Internationell) konsensus
- Alla i ledande ställning samt i projektledning och liknande vet vad ISO-standarder är
 - Hög igenkänning och förtroende
 - Underlättar att arbeta på "högre" plan inom organisationer
- Bra definitioner, tydligt uppställt
- Bra/allmängiltigt språk -"Teknisk utformning och presentation"
- Bra referenslista

Mina tankar runt nyttan med standarder:

- Hur ser målgruppen för rapporter/bedömningar ut?
- Hur anpassar jag mina rapporter till målgruppen?
- Kännedom och förtroende för metod / referenser



Viktiga punkter
enligt under-
tecknad

Vilka standarder finns inom ergonomi?

312 träffar på "ergonomi"



SVENSK STANDARD SS-EN 17558:2023



Ergonomi - Ergonomi kring PPE-system

Språk: Fastställd: 2023-07-04 Utgåva: 1



PDF: 2 922,20 SEK

Föreslå utökning



SVENSK STANDARD SS-EN ISO 9921



Ergonomi - Bedömning av verbal kommunikation (ISO 9921:2003)

Språk: Fastställd: 2003-10-31 Utgåva: 1



PDF: 2 188,80 SEK

Föreslå utökning



SVENSK STANDARD SS-EN ISO 7731:2008



Ergonomi - Varningssignaler för offentlig miljö och arbetsplatser - Auditiva varningssignaler (ISO 7731:2003)

Språk: Fastställd: 2008-10-03 Utgåva: 2



PDF: 1 924,70 SEK

Föreslå utökning



SVENSK STANDARD SS-EN ISO 9241-410:2008



Ergonomi vid Människa-Systeminteraktion - Del 410: Designkriterier för inmatningsdon (ISO 9241-410:2008)

Språk: Fastställd: 2008-02-25 Utgåva: 1

Tillägg: SS-EN ISO 9241-410:2008/A1:2012



PDF: 4 244,60 SEK

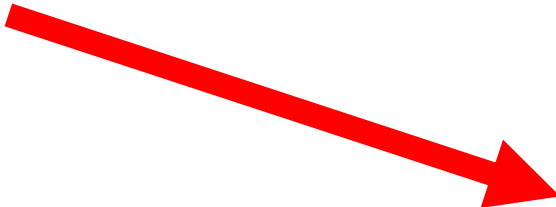
Föreslå utökning

Vilka standarder har undertecknad använt?

ISO 11226:2000(E)

Contents

- 1 Scope
- 2 Terms and definitions
- 3 Recommendations
- 3.1 Introduction
- 3.2 Evaluation procedure
- 3.3 Determination of working postures
- 3.4 Trunk posture
- 3.5 Head posture
- 3.6 Upper extremity posture
- 3.7 Lower extremity posture



Annexes

- A Determination of working postures
- A.1 Introduction
- A.2 Trunk inclination, head inclination and neck flexion/extension
- A.3 Upper arm elevation
- A.4 Extreme joint positions
- B Evaluation of holding time/recovery time regimes.....
- B.1 Introduction
- B.2 Evaluation of holding time/recovery time regimes based on endurance data

Bibliography

INTERNATIONAL
STANDARD

ISO
11228-1

Second edition
2021-10

Ergonomics — Manual handling —

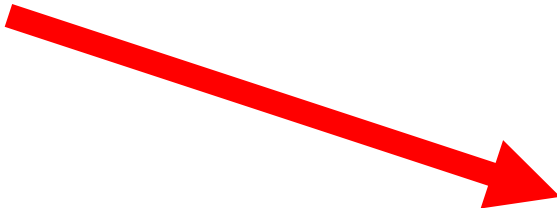
Part 1:

Lifting, lowering and carrying

Ergonomie — Manutention manuelle —

Partie 1: Manutention verticale vers le haut, manutention verticale vers le bas et manutention horizontale

Maskinsäkerhet - Människans fysiska förmåga - Del 3: Rekommenderade kraftgränser vid maskinanvändning



4.2.1	Step A: Determination of basic force generating capacity
4.2.2	Step B: Determination of adjusted capacity
4.2.3	Step C: Evaluation of tolerability and risk
4.3	Factors affecting risk
4.3.1	Working posture
4.3.2	Acceleration and movement precision.....
4.3.3	Vibration
4.3.4	Man-machine interaction
4.3.5	Personal protective equipment
4.3.6	External environment

SVENSK STANDARD

SS-EN 1005-4:2005+A1:2008

Fastställt/Approved: 2008-10-16

Publicerad/Published: 2008-12-01

Utgåva/Edition: 1

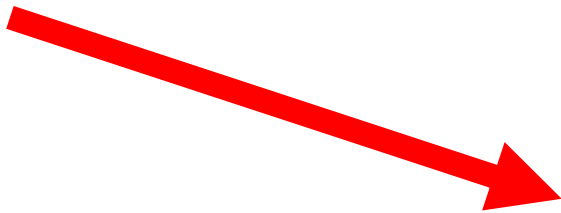
Språk/Language: engelska/English

ICS: 13.110; 13.180; 14.040

**Maskinsäkerhet – Människans fysiska förmåga –
Del 4: Utvärdering av arbetsställningar och rörelser i relation till
maskiner**

**Safety of machinery – Human physical performance –
Part 4: Evaluation of working postures and movements in
relation to machinery**

- 4.2 Guidance towards risk assessment**
- 4.2.1 General.....**
- 4.2.2 Establish the operator population**
- 4.2.3 Perform a task analysis.....**
- 4.2.4 Identify the ergonomic data required**
- 4.2.5 Evaluate at the drawing-table/CAD-screen**
- 4.2.6 Evaluate with operators**
- 4.3 Risk assessment.....**
- 4.3.1 General.....**
- 4.3.2 Trunk.....**
- 4.3.3 Upper arm**
- 4.3.4 Head and neck.....**
- 4.3.5 Other body parts**



SVENSK STANDARD

SS-EN 12464-1:2021

Ljus och belysning – Belysning av arbetsplatser – Del 1: Arbetsplatser inomhus

5.3.3	Belysningsstyrkor inom arbets- eller aktivitetsområdet.....	13
5.3.4	Belysningsstyrka inom den omedelbara omgivningen.....	14
5.3.5	Belysningsstyrka inom den yttre omgivningen	15
5.3.6	Belysningsstyrkans jämnhet.....	15
5.4	Belysningsstyrkans mätpunktsindelning.....	16

Bilaga C (informativ) Belysningsplanering – exempel.....	100
C.1 Exempel för kontor.....	100
C.2 Exempel för maskinverkstad.....	101
C.3 Exempel för maskinverkstad med inspektionsområde.....	103

Teknisk rapport

SIS-CEN ISO/TR 12296:2013



Publicerad/Published: 2015-05-06

Utgåva/Edition: 1

Språk/Language: svenska/Swedish

ICS: 12.050; 13.180

**Ergonomi – Personförflyttningar inom hälso- och sjukvård
(ISO/TR 12296:2012)**

**Ergonomics – Manual handling of people in the healthcare
sector (ISO/TR 12296:2012)**

Teknisk specifikation


SIS/TS 904501:2021

**Ergonomi vid människa-systeminteraktion –
Användbarhetsrond**


**Ergonomics of human-system interaction –
Usability assessment**




Några andra exempel som kan vara av intresse för de som arbetar med arbetsmiljö

 **SVENSK STANDARD** SS-ISO 22955:2021

Akustik - Ljudmiljö i öppna kontorsytor (ISO 22955:2021, IDT)

Språk:  Fastställd: 2021-05-10 Utgåva: 1

 **Föreslå utökning**

PDF: 2 508 SI

STANDARD

SVENSK STANDARD · SS-EN ISO 27501:2019


Den människocentrerade organisationen - Vägledning för chefer (ISO 27501:2019)

Köp den



STANDARD

SVENSK S

Den män

 **SVENSK STANDARD** SS-EN ISO 45001:2023

Ledningssystem för arbetsmiljö - Krav och vägledning (ISO 45001:2018, IDT)

Språk:   Fastställd: 2023-10-12 Utgåva: 1

Läs standard

Favo

Tack för mig!